apa yang harus dilakukan ketika kamu atau temanmu menjadi korban kekerasan seksual.

Cari Tempat Aman: Pergi ke tempat yang membuatmu merasa nyaman dan bersama orang-orang yang kamu percaya.

Segera ke Rumah Sakit: Jika ingin melakukan tes pemerkosaan, jangan mandi, berendam, atau ganti pakaian sebelum ke rumah sakit. Membersihkan diri dapat menghilangkan bukti penting untuk proses hukum.

Konsultasi dengan Pengacara: (Jika memilih jalur hukum), bicarakan dengan pengacara untuk menentukan langkah pelaporan.

Manfaatkan Dukungan Komunitas: Gunakan kekuatan komunitas atau teman-teman mu untuk memgatasi masalah ini.

Ingat!: Pemerkosa bertanggung jawab penuh atas tindakannya. Korban tidak pernah salah dan tidak bisa disalahkan, apa pun situasinya.

Dukung Temanmu: Jika temanmu mengalami kekerasan seksual, dampingi, dengarkan, dan bantu sesuai kebutuhan mereka.

Bantuan untuk penyintas

Percaya pada Cerita Mereka: Dengarkan dan terima apa yang temanmu sampaikan tanpa keraguan.

Jangan Memaksa: Biarkan mereka memegang kendali atas keputusan mereka tanpa tekanan.

Tegaskan Bukan Kesalahan Mereka: Yakinkan temanmu bahwa pemerkosaan bukanlah kesalahan mereka dan hindari menyalahkan.

Jangan Mempertanyakan: Hindari mempertanyakan perilaku atau alasan mereka.

Tanyakan Kebutuhan Mereka: Tanyakan bagaimana kamu bisa membantu dan apa yang mereka inginkan.

Dukung Tes Medis: Bantu mereka ke rumah sakit untuk tes pemerkosaan jika mereka menginginkannya.

Dorong Pelaporan Jika Siap: Ingatkan bahwa pemerkosaan adalah kejahatan, dan dorong mereka untuk melapor jika mereka merasa siap.

Sarankan Bantuan Profesional: Dorong mereka untuk berkonsultasi dengan konselor atau profesional jika mereka siap, tanpa memaksa.

DUKUNG TEMANMU. DENGARKAN CERITA DAN KEBUTUHAN MEREKA. JANGAN MENGHAKIMI.

Diterjemahkan oleh: Sarah Maghfira

Tata Letak ulang oleh: Akulahpeluru

"Begitu seseorang tahu kita bisa mendengarkan "tidak", dia tahu kita bisa mendengarkan "ya" juga. "Ya" itu adalah hal yang sangat menyenangkan untuk didengar ketika seseorang bersungguh-sungguh setuju. Tidak hanya tentang seks... tapi tentang apapun."

SEBUAH PANDUAN MANDIRI UNTUK PENCEGAHAN KEKERASAN SEKSUAL.

IT IS UP TO EACH OF US TO PREVENT SEXUAL ASSAULT IN OUR COMMUNITY

APA ITU KEKERASAN SEKSUAL?

ANGGAPAN UMUM TENTANG KEKERASAN SEKSUAL DAN PEMERKOSAAN SAAT BERKENCAN

"Beberapa pria mabuk dan memanfaatkan wanita, lalu berkata, 'Kami mabuk, apa masalahnya?'"

"Teman saya melakukan kekerasan seksual, dan saya merasa sangat dikhianati. Siapa lagi yang bisa saya percaya?"

"Ketika mendengar kasus pemerkosaan di sekitar saya, saya merasa tidak berdaya dan terkejut. Saya bertanya-tanya, bisakah saya mencegahnya?"

Ini faktanya!

Apa Itu Kekerasan Seksual?: Ketika seseorang dipaksa, ditipu, atau ditekan untuk melakukan kontak seksual apapun.

Apa itu Pemerkosaan Saat Berkencan?: Ketika seseorang yang kamu kenal dan saat berkencan memaksamu untuk melakukan kontak seksual atau hubungan intim.

KONSENSUS / PERSETUJUAN
Memberikanmu rasa aman. Dilakukan secara lisan, tidak dalam keadaan teler atau mabuk, dan berada dalam kondisi kesadaran penuh terhadap lingkungan sekitarmu merupakan bentuk persetujuan. Memaksa, menekan seseorang untuk melakukan aktivitas seksual atau melakukan tindakan seksual dengan seseorang yang teler, mabuk, pingsan, atau tidak dapat memberikan persetujuan adalah bentuk pemerkosaan.

Alkohol dan kekerasan seksual

Mengkonsumsi alkohol berlebihan sering kali dikaitkan dengan kekerasan seksual. Meskipun alkohol dapat mempengaruhi kekerasan seksual, namun alkohol bukanlah alasan terjadinya kekerasan seksual. Tidak ada seorang pun yang memperkosa atau diperkosa hanya karena mabuk. Tetap fokus pada penyerangannya, bukan pada minuman kerasnya.

Saat bepergian keluar, jaga minumanmu dan jangan menerima minuman dari orang asing. Karena obat-obatan terlarang dapat dengan mudah dimasukkan ke dalam minumanmu tanpa sepengetahuanmu. PLEASE DRINK SAFELY!

Jaga dirimu!

Berkomunikasi dengan Pasangan: Ajukan pertanyaan untuk memastikan kalian sepakat. Dengarkan dengan saksama apa yang dikatakan pasanganmu, karena mudah salah menangkap keinginan mereka. Segera berhenti jika mereka mengatakan "tidak" kapan pun.

Konsumsi Alkohol dengan Bijak: Mabuk berat meningkatkan risiko menjadi pelaku atau korban kekerasan seksual.

Persetujuan Harus Sadar: Persetujuan tidak sah jika seseorang sedang mabuk, tidak sadar, pingsan, atau dalam tekanan emosional.

Bersikap Jelas dan Tegas: Jika ada kesalahpahaman, berhenti dan katakan "tidak". Kamu berhak menolak atau berubah pikiran. Seks bukan kewajiban.

Pakaian Bukan Penyebab: Tidak ada gaya berpakaian yang mengundang pelecehan seksual.

Hindari Situasi Berisiko: Tinggalkan situasi yang membuatmu tidak nyaman atau mencurigakan tanpa ragu.

Jaga temanmu!

Awasi Temanmu: Jangan ragu untuk turun tangan jika temanmu berada dalam situasi berisiko atau tidak aman.

Tunjukkan Kehadiranmu: Dengan menunjukkan bahwa kamu ada di sana, temanmu akan merasa didukung, dan pelaku yang mengganggu mungkin akan mundur.

Bicara dengan Temanmu: Jika kamu melihat temanmu tidak nyaman, segera bertanya dan pastikan mereka baik-baik saja.

Cegah Perilaku Tidak Pantas: Jika temanmu bertindak agresif atau memberikan perhatian yang tidak diinginkan kepada orang lain, alihkan perhatian mereka atau bantu mereka keluar dari situasi tersebut. Jelaskan bahwa perilaku tersebut tidak dapat diterima.

LAWAN DAN TOLAK HOMOFOBIA, TRANSFOBIA, DAN PENINDASAN GENDER!

SIKAP-SIKAP INI MENUMBUHKAN LINGKUNGAN YANG MEMUNGKINKAN TERJADINYA KEKERASAN SEKSUAL!